

Zeitschrift: Curaviva : Fachzeitschrift
Herausgeber: Curaviva - Verband Heime und Institutionen Schweiz
Band: 89 (2018)
Heft: 2: Lebensqualität : was sie ausmacht und wie wir selbst dazu beitragen können

Artikel: Wie ein Koch Sterbenden Wohlbefinden verschafft : das letzte Mahl ist ein Geschenk
Autor: Ilg, Peter
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-834338>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 15.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Wie ein Koch Sterbenden Wohlbefinden verschafft

Das letzte Mahl ist sein Geschenk

Zwei- bis dreimal im Monat kocht der preisgekrönte deutsche Gastronom Jörg Ilzhöfer für Sterbende in einem Hospiz. Was sie essen wollen, dürfen sie sich wünschen.

Von Peter Ilg

Im nahen Tod verlieren selbst die Geschmacksnerven an Kraft. «Deshalb würze ich die Essen kräftiger», sagt Jörg Ilzhöfer, 48. Er ist Koch – und er kocht für Sterbende, die sich ein Essen von ihm wünschen. «Beim letzten Mahl geht es nicht ums Satt-Werden, sondern darum, ein letztes Mal sein Lieblingsessen zu riechen und zu schmecken», sagt der Koch. Denn in der Regel haben Sterbende kaum noch Appetit. Aber es geht noch einmal um die Erinnerung – etwa das Lieblingsessen, das die Mutter in Kindheitstagen gekocht hat. «Fleischküchlein mit Kartoffelsalat und Sauce, saure Kutteln mit Röstkartoffeln, das wird oft gewünscht.» Oder auch Linsen und Spätzli als Nahrung für die sterbende Seele.

Ilzhöfer ist gelernter Koch und studierter Betriebswirt der Fachrichtung Hotel- und Gaststättengewerbe. «Nur kochen allein war mir zu langweilig», erzählt er. Bevor er begann, Menschen das letzte Mahl zu kochen, machte er eine Bilderbuch-Gastronomie-Karriere: Der Stuttgarter hat in Argentinien gekocht, bei den Richard-Wagner-Festspielen in Bayreuth und in einem Sternrestaurant seiner Heimatstadt. Später war er Vertriebs- und Marketingleiter im 5-Sterne-Hotel Graf Zeppelin in Stuttgart. Zuletzt Betriebsleiter eines Boardinghouse-Unternehmens mit 300 Apartements. 2010 hat er sich mit einer Kochschule in Esslingen selbstständig gemacht. «Die Anstellung hat einfach keinen Spass mehr gemacht», sagt Ilzhöfer. Er wollte mehr Lebensfreude und Lebensqualität. Und so eröffnete er die Event-Kochschule in Esslingen am Hafenmarkt, einem Teil der Altstadt. Seine Schule hat eine grosse Glasfront in Richtung Markt. Die Kulisse ist maleis: Man sieht alte Bäume, historische Gebäude, einen steinernen Brunnen. «Hier gefällt es mir, hier fühle ich mich wohl.» Für die Geschäftsidee wurde er noch im Jahr der Eröffnung mit dem ersten Platz beim Gründerpreis Baden-Württemberg ausgezeichnet. 2014 ist er, ebenfalls von Baden-Württemberg, als eines der zehn besten Unternehmen im «Ländle» ausgezeichnet worden. Ilzhöfer bietet klassische Kochkurse für jedermann zu bestimmten Themen: Fleisch, Fisch, Pasta. Und es finden Koch-Events für Singles, Paare und Firmen statt mit bis zu 22 Personen. Die dienen

zugleich dem Kennenlernen, Beziehungsleben und dem Zusammenschweissen von Abteilungen. Seine Frau arbeitet in der Kochschule mit, ausserdem Reinigungs- und Spülkräfte. Und eine dieser Aushilfen hat seinen ehrenamtlichen Dienst im Hospiz ausgelöst, erzählt er.

Einfach eine Freude machen

Die Mitarbeiterin stand abends traurig an der Spüle, und als Ilzhöfer sie nach dem Grund fragte, erzählte sie vom Tod eines Gastes im Hospiz in Esslingen, wo sie zuvor gearbeitet hatte. «Er wollte noch einmal geröstete Zwiebeln riechen, aber ich habe es nicht mehr rechtzeitig geschafft, sie zu bringen», erzählte die Frau. Die Geschichte bewegte den Koch. Er entschied kurzerhand, seine Dienste dem örtlichen Hospiz anzubieten und Sterbenden das letzte Mahl zu kochen. Seither kocht er drei- bis fünfmal im Monat für Schwerkranke, die im Sterben liegen. Und er kocht zu bestimmten Anlässen: an Fasching, in der Spargelsaison und zu Weihnachten.

Warum macht er das? «Ich habe keine Kinder, und falls ich mal im Hospiz läge, wäre der Besucherkreis ziemlich klein», sagt Ilzhöfer. Wenn ihm in einer solchen Situation jemand eine Freude machen würde, wäre er glücklich darüber.

Das Hospiz Esslingen ist eine Einrichtung der evangelischen Kirchengemeinde mit ambulanter und stationärer Betreuung. Ilzhöfer kocht für die stationären Gäste. So werden die Patienten dort genannt. Acht Betten gibt es, und die sind meist belegt. Darin liegen Schwerstkranke, häufig mit Tumor, denen medizinisch nicht mehr zu helfen ist. «Wir arbeiten für deren Symptomminderung, eine möglichst hohe Lebensqualität und lange

«Ganz wichtig ist der Duft des Essens. Manchmal macht dieser allein schon satt.»

Selbstbestimmtheit», sagt Susanne Kränzle, 51. Sie ist gelernte Kinderkrankenschwester, hat ein Master-Studium in Palliative Care abgeschlossen und leitet die Einrichtung seit ihrer Eröffnung im Jahr 2012.

Ein Essen, ein Plausch, ein Abschied

Die Gäste sind im Durchschnitt 65 Jahre alt, die Verweildauer lag im vergangenen Jahr bei 14 Tagen, und der Zustand der Sterbenden ist oft sehr unterschiedlich: Manche sind mobil, andere komatös. «Wenn die Leute zu uns kommen, darf der Tod sein», sagt Kränzle. Zuvor wurde im Krankenhaus gegen ihn und für das Leben gekämpft. Kränzle hat es im Hospiz gelernt, Sterben und Tod im Leben zu integrieren. Das tun auch die etwa 20 Pflegekräfte auf der Station. Neuen Gästen berichten sie von Ilzhöfers Angebot. «Es geht nicht um die Menge, weil die meisten ohnehin nur noch reduziert essen. Ganz wichtig ist der Duft des Essens, manchmal macht der sie schon satt», sagt Kränzle. Je kleiner



Sternekokh Jörg Ilzhöfer: «Ein letztes Mal das Lieblingsessen riechen und schmecken.»

der eigene Aktionsradius, umso gewichtiger werden Kleinigkeiten, stellt sie immer wieder fest. «Manche Sterbenden schimpfen auf das Essen, meinen aber das nicht wirklich, sondern das Leben oder das Sterben, das sie als so ungerecht empfinden.» Wenn dann jemand extra für sie in die Küche steht, fühlen sie sich geehrt und gewürdigt.

«Machen Sie es gut!»

Wünscht sich ein Gast ein Essen, wird Ilzhöfer das per Mail mitgeteilt. Weil es schnell gehen muss, macht er mit dem Hospiz einen Termin innerhalb der folgenden drei Tage aus. An diesem Tag bereitet er das Essen in seiner Kochschule zu und bringt es um die Mittagszeit ins Hospiz, das nur zehn Minuten von seiner Schule entfernt liegt. Meist besucht Ilzhöfer den Sterbenden auch – sofern dieser das möchte. «Wir plauschen fünf, zehn Minuten. Meist erzählen die Leute, was sie beruflich gemacht haben», sagt der Koch. Zum Abschied drückt er dem Gast fest die Hand und verabschiedet sich mit dem Satz: «Machen Sie es gut!» So kann sich jeder selbst aussuchen, wo das ist.

Dann wärmt er die Mahlzeit in der Hospiz-Küche auf und richtet das Essen schön an. Wenn der Gast aufstehen kann, geht er an den Tisch zu den anderen. Ansonsten wird ihm das Essen gebracht. Nach einer halben, drei-viertel Stunde geht Ilzhöfer. Er isst nicht mit. «Im Auto brauche ich fünf, zehn Minuten. Manchmal weine ich, um abzuschliessen.» Denn gleich danach muss es in seiner Kochschule weitergehen. Dann kommen seine Gäste. Das Leben geht weiter. ●

Ist eine derartige Interessensverlagerung so einfach möglich?

Das hängt einerseits von den Ressourcen ab, den Bewältigungsressourcen, die wir im Lauf des Lebens erworben haben. Andererseits ist nicht zu bestreiten, dass gewisse Funktionsausfälle die einen Menschen mehr treffen als andere.

Ein Intellektueller hat weniger Mühe, wenn er nach einem Unfall querschnittgelähmt ist als ein Sportler, der sich sehr stark über seine körperliche Vitalität definiert hat?

Tendenziell ja. Aber das ist auch wieder ganz individuell. Der Skirennfahrer Silvano Beltrametti, der seit seinem schweren Sturz auf den Rollstuhl angewiesen ist, scheint genügend Bewältigungsressourcen zu haben, um damit klarzukommen. Auch bei weniger prominenten Unfallopfern trifft man erstaunlich viele Menschen an, die eine neue Lebensqualität gefunden haben.

Haben Sie eine Erklärung?

Diese Menschen mussten sich oft ganz neue Lebensbereiche erschliessen und haben dies offenbar geschafft. Ich habe es bereits gesagt: Die Lebensqualität ist etwas Dynamisches. Auch wer nicht durch eine Krankheit, durch das Alter oder sonstwie eingeschränkt ist, erlebt nicht permanentes Wohlbefinden. Das ist auch sinnvoll für unser mentales Befinden: Wir brauchen Herausforderungen. Sonst hätten wir das Kompetenzerleben gar nicht, das ganz wichtig ist für die Lebensqualität.

Lebensqualität ist nicht zu haben ohne die Erfahrung des fehlenden Wohlbefindens, der Frustration und des unbefriedigten Begehrens?

Ja. Das ist ganz wichtig. Ich habe meine Studentinnen und Studenten einmal gefragt, ob sie eine Droge nehmen würden, die keinerlei schädliche Nebenwirkungen hat, sie aber in den Zustand des permanenten Wohlbefindens versetzen würde, dass es ihnen also immer nur gut ginge. Die Antwort muss zwangsläufig Nein sein. Denn solch ein Zustand wäre hochgradig langweilig. Gerade in einer übersättigten Wohlstandsgesellschaft ist es wichtig, wenn man hin und wieder bewusst Verzicht übt, um sich Genussfähigkeit zu erhalten.

Und wie ist das im Alter, in dem Frustrationen zunehmen können, weil man doch von Jahr zu Jahr körperlichen und auch geistigen Abbau erfährt? Muss man sich einfach gewisse Dinge abschminken, auch wenn sie einem zuvor lieb und teuer und ergo unverzichtbar für die Lebensqualität waren?

Das ist wohl so. Aber das muss nicht zu einer permanenten Frustration führen. Wenn die körperliche Geschmeidigkeit, die Kraft und die Konzentration nachlassen, dann verändert sich unser Verhältnis zur Welt. Um es mit einem Bild zu sagen: Das Ich, mein Instrument, ist im Alter anders gestimmt. Also kann ich auch nicht mehr dieselben Melodien und Harmonien spielen wie zuvor. Also suche ich nach neuen Melodien und Harmonien. Das ist die Entwicklungsaufgabe, die im Alter ansteht. Das Ende des Lebens rückt näher, und andere Wertigkeiten müssen ins Spiel kommen.

Was heisst das für die Lebensqualität im Alter?

Ich muss im Alter schauen, dass ich mit diesen Bedingungen

>>